



Acto de presentación del libro:

# **Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1991. Tomo I**

Madrid, 22 de mayo de 1995

**IN  
EIN**



Acto de  
presentación  
del libro

**Estudio Nacional de  
Nutrición y Alimentación  
1991. Tomo I**

Madrid 22 de mayo de 1995

**E**l día 22 de mayo de 1995, a las 13 horas, tuvo lugar en el Salón de Actos de Argenteria, la presentación del libro ***Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1991***.

El acto estuvo presidido por D. José Quevedo, Presidente del INE, junto a D. Ignacio Gil, Presidente del Banco de Crédito Agrícola, D. Arturo Romero, Vicerrector de la Universidad Complutense de Madrid y D. José Aranda, Director General de Estadísticas de Población y Hogares del INE y se enmarca en los actos conmemorativos del 50 aniversario de la creación del INE.

La disertación estuvo a cargo del Catedrático Emérito de Nutrición y Bromatología D. Gregorio Varela, Director de este trabajo.

El *Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación*, basado en la Encuesta de Presupuestos Familiares del INE, facilita información sobre la ingesta de energía y nutrientes de la población española y su evolución en el tiempo. Esta ingesta, comparada con las recomendaciones dietéticas, permite enjuiciar sobre la adecuación de nuestra dieta.

Acto de presentación del libro  
**Estudio Nacional de Nutrición y  
Alimentación 1991. Tomo I**

**D. José Quevedo Quevedo** - Presidente del Instituto Nacional de Estadística

Hoy nos encontramos en este lugar convocados para la Presentación del Tercer Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1991.

Estas tres investigaciones que se han realizado a lo largo de los últimos treinta años nos permiten analizar los hábitos alimenticios de la población española, ya que no disponiendo de fuentes de información directas, se han aprovechado las estadísticas que nosotros denominamos Encuestas de Presupuestos Familiares.

Mis primeras palabras han de ser de congratulación y agradecimiento por encontrarnos acompañados de personalidades que representan a las instituciones que han hecho posible estos estudios o investigaciones.

Están con nosotros D. Arturo Romero, Vicerrector de la Universidad Complutense de Madrid, en representación del Magnífico Rector; D. Ignacio Gil, Presidente del Banco de Crédito Agrícola; el Profesor Doctor D. Gregorio Varela, director de las investigaciones y D. José Aranda, Director General del INE,



responsable de las Encuestas de Presupuestos Familiares, base estadística de los estudios realizados.

Deseo resaltar en estos momentos que este acto se enmarca dentro de la conmemoración de los 50 años de creación del Instituto Nacional de Estadística de España y, especialmente, en la orientación de hacer llegar a la sociedad española por qué son necesarias las estadísticas elaboradas y la mejor vía de utilización es el hacérselas llegar a través de las instituciones que utilizan esas estadísticas. Instituciones que promocionan y realizan las investigaciones apoyadas en estas fuentes de información. En esta línea de actuación del INE, hemos presentado recientemente otro trabajo titulado *La Panorámica Social de España* correspondiente al año 1994, en la Fundación Ortega y Gasset; por lo tanto la presentación de hoy constituye un segundo acto en esta línea de presentación de diversos trabajos a lo largo del año 1995.

Las Encuestas de Presupuestos Familiares tienen como objetivo principal la evaluación de los gastos de consumo para las cuentas nacionales y también establecer las bases de los índices de precios de consumo, permitiendo seleccionar lo que llamamos *la cesta de la compra* y las ponderaciones de los bienes y servicios que constituyen esa cesta de la compra. El equipo de investigación que a lo largo de los últimos años ha dirigido el Profesor Varela, ha aprovechado los datos de la encuesta correspondiente al año 1964-1965, para basar el primer estudio de nutrición y el de alimentación de la población española.

Puestos en contacto con el equipo del Doctor Varela, el INE tomó conciencia de la conveniencia de conocer con anticipación cuáles eran las necesidades para estos estudios, por ver si era posible integrar en la encuesta alguna información complementaria que, sin alterar o desorientar los objetivos principales y con un coste adicional asumible, permitiera facilitar los datos adecuados a esas necesidades; ahí se inició la colaboración con el equipo del Profesor Varela, de modo que los proyectos de las siguientes Encuestas de Presupuestos Familiares, la de 1980-81 y, naturalmente, la de 1990-91, bases del trabajo que hoy se presenta, contengan informaciones adicionales para facilitar y mejorar la base estadística de la investigación que consideramos absolutamente necesaria para el conocimiento de esta área de los comportamientos de nuestra población. Por consiguiente, manifestamos nuestra satisfacción porque la sociedad española

disponga de esta espléndida y valiosa investigación del equipo del Profesor Varela, gracias a la colaboración con la Universidad Complutense de Madrid y otras instituciones.

Cedo la palabra al Presidente del Banco de Crédito Agrícola, D. Ignacio Gil, con la seguridad de que también se va a congratular al igual que los otros componentes de esta mesa, de disponer hoy de esta espléndida investigación.



#### **D. Ignacio Gil Vallejo - Presidente del Banco de Crédito Agrícola**

Es para mí un motivo claro de satisfacción poder participar como Presidente del Banco de Crédito Agrícola en este acontecimiento, personalmente y en nombre del Banco, en la presentación de este Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1991, elaborado y dirigido por el equipo del Catedrático Emérito D. Gregorio Varela, que antes ha tenido la amabilidad de explicarme qué era eso de la bromatología, de verbo fácil, muy comprensible, propio de quien sabe mucho de la materia y no tiene orgullo de saber mucho, sino tiene ganas de comunicar.

Para mí, en nombre del Banco, es una satisfacción estar aquí, además en unos momentos en que el Instituto Nacional de Estadística celebra su 50 aniversario, a cuyo Presidente conozco bien, desde hace mucho tiempo y puedo decir algo que todos saben, pero que me alegra poder decir, el Instituto dirigido por él está siendo fiel a su metodología, a su ciencia, que produce unos datos, gusten o no, reales y objetivos. Creo que es un motivo claro de felicitación este momento y para nosotros es una satisfacción estar aquí. Además, el Banco de Crédito Agrícola tiene una larga trayectoria en temas especializados relacionados con la agricultura y la alimentación. Nuestra experiencia data de hace 70 años, cuando dependiendo del entonces Ministerio de Fomento, este Banco, hoy en día Banco de Crédito Agrícola, era un servicio nacional de crédito agrícola; la experiencia acumulada le hace ser verdaderamente especialista en la materia y por ello, ha colaborado muy gustosamente en cuantas publicaciones ha podido hacerlo. Publicaciones y estudios motivados fundamentalmente por dos causas, la primera porque como buen profesional del riesgo, si no mal Banco sería, tiene que conocer datos de la evolución de quién ha solicitado un crédito o un préstamo; la evolución sobre datos, no sólo sobre personas, necesitan ser actualizados, homogeneizados y universalizados. Esto no se hace de la noche a la mañana, requiere verdaderos estudios; por eso es por lo que, siempre ha estado interesado en ellos. Y segunda causa, porque como Banco de Crédito Agrícola, verdadero Banco dentro de la agrupación Argentaria, formación bancaria de España, tiene la obligación y el gusto de dar una atención a su clientela cada vez



más esmerada, más completa, más eficaz. Eso sería imposible si no conociese al dedillo los datos que ahora sí conoce. Fruto de ello es su proyecto, que ya lleva dos años en marcha, de la *agroventanilla* que está al servicio de sus clientes con datos informatizados y que posibilita conocer a sus clientes de cualquier punto lo que necesitan conocer cuando quieren emprender alguna acción.

No les canso más, simplemente quería mostrar nuestro agradecimiento a todos los asistentes. Pensamos que merece la pena, y sobre todo que nos alegramos por la publicación de este Estudio Nacional.

#### D. José Quevedo - Presidente del Instituto Nacional de Estadística



Le cedo la palabra al Vicerrector de la Universidad Complutense de Madrid, Institución bajo la cual el Profesor Varela ha podido realizar sus trabajos, incluso antes de entrar en colaboración con nosotros. La Universidad es la pionera en esta línea de actuación, para que la sociedad española pueda conocer cuáles son sus hábitos de consumo y sus elementos nutricionales. En el área de la estadística hay muy pocos trabajos de esta naturaleza y el trabajo del Profesor Varela, con el patrocinio de la Universidad, es una línea original de investigación. Quisiera anunciar aquí la posibilidad de un resumen de lo sustantivo de este trabajo traducido al inglés, para trasladarlo al mundo de la investigación fuera de España. Cuando he hablado de este trabajo fuera de nuestras fronteras he encontrado un interés enorme y hay que traducirlo al inglés para que pueda alcanzar una difusión amplia.

**D. Arturo Romero - Vicerrector de la Universidad  
Complutense de Madrid**

Para mí es una gran satisfacción el poder asistir a esta presentación, porque creo que constituye un ejemplo de cómo las distintas instituciones de la sociedad colaboran con la Universidad en la realización de un proyecto de investigación.

Hay determinados temas de investigación que son imposibles de abordar por parte de la Universidad exclusivamente; es necesario que otras instituciones colaboren, no sólo en la financiación de proyectos de investigación, sino también en la realización de esos trabajos de investigación. Quizás una de las características más importantes de la actual Universidad Española no sea la tan llamada o tan conocida masificación; es mucho más importante esa voluntad que tiene la Universidad Española de colaborar con las distintas instituciones en aquellos trabajos en los que realmente puede introducir algunos componentes que serían imposibles desde otro punto de vista.

Quiero felicitar al Profesor Varela, al que conozco desde hace muchos años, por ser un ejemplo de muchas cosas y especialmente un ejemplo de lo que podríamos denominar la nueva Universidad. No ha sido nunca una persona que se conforme con meterse en su laboratorio, con hacer publicaciones que muchas veces sólo interesan al propio mundo científico. Al Profesor Varela siempre le han preocupado aquellos temas que preocupan a la sociedad. El, además, ha sabido siempre rodearse de unos equipos de trabajo tremendamente competitivos. Sé muy bien que hay solicitudes para trabajar con el Profesor Varela, que por desgracia él no tiene suficiente tiempo o tiene excesivas personas trabajando con él.

La propuesta que nos hacía el Presidente del INE yo creo que es recogida por parte de la Universidad y colaboraremos en todo lo que sea posible para que este trabajo se difunda no sólo en España, porque cuando los resultados son científicamente válidos no valen exclusivamente para un país, sino que sea de dominio universal.



**D. Gregorio Varela - Catedrático Emérito de Nutrición y Bromatología**



*De izquierda a derecha: D. Gregorio Varela y D. Arturo Romero*

Es para mi una gran satisfacción, por muchas razones, estar hoy aquí, para presentar el trabajo titulado ***Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1990/91 (ENNA-3.)*** fruto de la colaboración entre el Instituto Nacional de Estadística (INE), y el Departamento de Nutrición de la Universidad Complutense de Madrid (UCM).

Sinceramente creo que es un ejemplo, no muy frecuente, de lo que puede lograrse de la colaboración entre diversos organismos del Estado, que aparentemente tienen objetivos prioritarios distintos, pero que sin embargo tienen también mucho en común si hay personas interesadas en encontrarlo. En nuestro caso, se trataba de explotar conjuntamente los estudios de estadística y de nutrición, que se vienen desarrollando en ambos centros, en los que por fortuna había hombres que supieron ver estas posibilidades y seguir adelante con su intento.

Esta colaboración, que se inició hace ya más de treinta años nos permite decir que en estos momentos nuestro país está a la cabeza de los de Europa en cuanto al conocimiento del estado nutritivo y hábitos alimentarios de su población, de los diferentes factores socio-económicos que los afectan, y lo que es muy importante de la evolución de nuestra nutrición en los últimos 30 años. Este conocimiento nos va a permitir aportar alguna luz en la posible relación de nuestra dieta con las llamadas enfermedades degenerativas como las cardiovasculares, o cánceres de distintas localizaciones, que como es sabido constituyen la hoy mayor causa de muerte en los países desarrollados.

Pienso que una posible forma de comenzar esta Presentación, puede ser tratar de recordar la historia del desarrollo del interés por los estudios de la alimentación de los españoles en los últimos 50 años para tratar de situar en el tiempo el trabajo que ahora presentamos.

España tiene el triste, y honroso privilegio de haber aportado el primer estudio, en el tiempo, de una situación de desnutrición colectiva. Fueron los estudios realizados por el Profesor Grande Covián, y su equipo, en Madrid durante la Guerra Civil y en la posterior postguerra, en Vallecas, en la que la situación nutricional fue si cabe todavía peor que durante los períodos más difíciles de aquella absurda guerra. Estos trabajos son considerados justamente en la bibliografía internacional como la primera descripción con sólida base científica de desnutriciones colectivas.

A partir de estos trabajos, ocurre en nuestro país un largo *período de oscuridad* de unos 20 años, en cuanto al interés por el estudio del estado nutritivo de su población. Por supuesto, en este período brillan algunas luces aisladas, como podrían ser los ejemplos de Vivanco o Palacios. Habrá que esperar al año 1954, fecha en la que se crea en la Universidad de Madrid la Escuela de Bromatología con carácter multidisciplinario y en la que coincidí como profesor de la misma con Alfonso García Barbancho, (la primera persona del INE con la que iniciamos nuestra colaboración) que explicaba econometría y yo (por primera vez en la Universidad Española) nutrición humana.

Al ser nombrado, también, coordinador de investigación del Centro, uno de los primeros propósitos que nos marcamos, fue la realización de una encuesta de alimentación para el conjunto de la población española cuya falta se hacía notar. Desde el primer

momento contamos con la muy importante ayuda de Olga Moreiras que actuó como coordinadora general del estudio. El objetivo no era nada fácil, pero como muchas veces ha ocurrido, en mi no muy corta vida científica, tuve la suerte de contar con excelentes colaboradores. Por ello en esta presentación hablaré en primera persona, pero será de plural ya que es justo hacerlo así, porque si algo hemos logrado en estos últimos 40 años, en el conocimiento de nuestra nutrición, se debe al esfuerzo y valía de muchas personas que se sacrificaron para tratar de recuperar el tiempo perdido.

Desde el principio comprendimos la necesidad de integrar, o al menos coordinar nuestros estudios, con los distintos organismos internacionales relacionados con este tema. En este sentido nos fueron muy útiles los consejos y ayudas recibidas en Roma de la FAO, tanto de su División de Nutrición como de la de Estadística. Una de las principales características de aquella encuesta, es que fue realizada por alumnos post-graduados de la citada Escuela de Bromatología (farmacéuticos, médicos, veterinarios, ...), que precisamente residían en las localidades estudiadas. Este hecho, que por un lado facilitaba extraordinariamente la realización de la encuesta, supuso, por otro un importante sesgo en cuanto a la representatividad de la muestra, ya que nos obligó a prescindir de localidades en las que por su número de habitantes no existían estos profesionales. La encuesta que se inició con una piloto realizada en Madrid en la que se ensayaron dos métodos fue después aplicada a otros 30 lugares de España, y una de sus características fue su bajo costo económico, como así fue puesto de relieve por la FAO.

Lógicamente, para conseguir nuestro propósito de estudiar el estado nutritivo de la población española, era necesario disponer, por un lado de un conocimiento fiable del consumo de las cantidades físicas de los diferentes alimentos y por otro surgió de inmediato la necesidad de elaborar unas Tablas de Composición de Alimentos (TCA) que permitieran convertir el consumo de alimentos en ingestas de energía y nutrientes, y por iguales razones tuvimos también que elaborar, ya que faltaban en nuestro país, las primeras Tablas de Recomendaciones Dietéticas de energía y nutrientes para las características de nuestra población. De esta manera estábamos en disposición de poder conocer por un lado, cuales eran nuestras necesidades nutricionales para que al enfrentarlas a la energía y nutrientes que aportaban los alimentos



consumidos, podíamos enjuiciar el estado nutritivo de nuestra población. Desde la perspectiva actual al mirar atrás, cuando nuestros trabajos son recogidos en las revistas científicas del mayor prestigio, no podemos olvidar con un cierto orgullo el mérito que supuso (aunque aparentemente no sea tan brillante) la realización en las circunstancias tan difíciles en que vivía nuestro país, de aquellas primeras Tablas de Composición de Alimentos y de Recomendaciones Dietéticas que hicieron posible posteriores estudios no sólo de nuestro grupo sino de otros que se fueron uniendo a este interés por conocer el estado nutritivo de los españoles.

En cuanto a los resultados de aquella primera Encuesta de Alimentación de la Escuela de Bromatología, publicados en los *Anales de Bromatología* (entrañable revista pionera en estos estudios) con todas las limitaciones que ya hemos comentado, especialmente en cuanto a su falta de representatividad, mostraban que había tenido lugar un profundo cambio positivo en relación con la lamentable situación que mostraban los trabajos de Grande Covián en la Guerra Civil. Sin embargo, aun cuando la situación media de la población había mejorado extraordinariamente, todavía estratos importantes de la misma presentaba déficits significativos.

La información suministrada por esta Encuesta, sirvieron de base de diferentes publicaciones, entre otras por ejemplo, la que se refería a los problemas alimentarios de nuestra población, incluidos en el llamado *Primer Plan de Desarrollo Económico Social de la Presidencia de Gobierno*, en los años 1966 y 1970.

### **Estudios Nacionales de Nutrición y Alimentación (ENNA).**

Los estudios hasta ahora comentados sobre la nutrición de nuestro pueblo pueden tener interés especialmente histórico pero no así en cuanto a la fiabilidad de los resultados dada su ya citada falta de representatividad. Por ello creemos que es una fecha importante en los estudios de alimentación de nuestro país cuando se inicia nuestra afortunada colaboración con el Instituto Nacional de Estadística. Para enjuiciar estas palabras, vamos a hacer algunas consideraciones: en muy pocos países europeos con la excepción quizás del Reino Unido, Suecia y Holanda era y sigue siendo muy difícil, obtener financiación (dado su elevado costo) para una

encuesta de alimentación realizada con un único objetivo nutricional. Sin embargo, sí la había y la sigue habiendo, para las llamadas Encuestas de Presupuestos Familiares (EPF), de las que los gobiernos obtienen informaciones inmediatas muy importantes para ellos tanto desde el punto de vista económico como político.

Al comienzo de los años 60 un grupo de nutriólogos del Departamento de Nutrición de la UCM, tuvimos la suerte de poder contactar con algunos miembros del INE, especialmente con José Aranda y sus colaboradores, que acogieron muy bien nuestra idea sobre la posibilidad de adaptar, con un coste adicional muy pequeño, las EPF al conocimiento de las cantidades físicas de alimentos consumidos. Este dato primario, nos permitiría, como ya se ha comentado, mediante nuestras Tablas de Composición de Alimentos conocer las ingestas de energía y nutrientes, que enfrentadas con las Recomendaciones Dietéticas de las mismas, nos permitiría enjuiciar la adecuación de nuestra dieta.

La EPF correspondiente al año 1964, fue la base del libro titulado, *La Nutrición de los españoles, diagnóstico y recomendaciones* casi un clásico de estos estudios, y la EPF del año 1981, en lo referente a su explotación nutricional dio lugar a dos volúmenes publicados conjuntamente por ambos organismos, INE, y nuestro equipo, con el título *Estudio de nutrición*. En los últimos tiempos, todos los estudios realizados sobre la explotación de las Encuestas de Presupuestos Familiares del INE, se conocen con el anagrama ENNA (Estudio Nacional Nutrición y Alimentación), ENNA-1 correspondería a la EPF del año 1964, ENNA-2 a la de 1981.

Con este acto, presentamos el primer tomo de ENNA-3 correspondiente a la EPF del año de 1991. Pero los objetivos de ese estudio son mucho más ambiciosos que los anteriores, en primer lugar pretendemos conocer algo tan importante como la evolución del estado nutritivo y los hábitos alimentarios de la población española, y la de las diecisiete comunidades autónomas y las cincuenta provincias que la forman en los últimos 30 años. Esta información, indudablemente es valiosa en sí misma pero también nos va a permitir el tratar de obtener una información que es de una gran actualidad y valor, como es el tratar de relacionar estos cambios dietéticos con las enfermedades degenerativas de interés para nuestro país, de alguna manera relacionadas con la dieta como pueden ser las cardiovasculares, osteoporosis y



distintos tipos de cáncer, que como ya se ha dicho constituyen la mayor causa de muerte en los países desarrollados.

Para esta segunda parte del estudio, que será recogida en el segundo tomo de ENNA-3 y que está en avanzado estado de elaboración, habíamos contado con la inestimable colaboración del difunto profesor Grande Covián que tanta ilusión había puesto en el mismo, y al que procuraremos no defraudar en sus esperanzas, así como con el epidemiólogo Dr. Javier Muñoz, del *Grupo Gallego para el estudio de las enfermedades cardiovasculares*.

Para comprender el interés de esta segunda parte, recordemos, que por ejemplo si queremos conocer la posible relación de la dieta con el cáncer de mama, como es bien sabido que esta posible influencia se empezará a ejercer a edades muy tempranas, el estudiar la dieta actual sobre las enfermas de esta neoplasia no nos va a decir mucho. Por lo contrario si disponemos, como es nuestro caso, de la información sobre la dieta consumida ya en los años 1964 y 1981, en las 50 provincias españolas, posiblemente, al menos teóricamente tenemos la base para tratar de correlacionar esas dietas en el tiempo en que posiblemente podían ejercer su efecto sobre la neoplasia, con la morbilidad y mortalidad actual por esta enfermedad en las cincuenta provincias.

Como hemos comentado, desde el comienzo de nuestros estudios poblacionales tuvimos interés en que éstos estuvieran integrados en las diferentes líneas de investigación internacionales, especialmente en las que por aquel entonces empezaba a desarrollar la antigua Comunidad Económica Europea (CEE) convertida actualmente en la Unión Europea (UE). En este sentido fue muy activa nuestra participación, entre otros, en los llamados proyectos COST-91, y en la actualidad lo sigue siendo entre otros en las acciones concertadas EUROFOOD, cuyo objetivo fundamental es la elaboración de una base de datos sobre la composición de los alimentos, válida para los diferentes países miembros. Este Banco de Datos, va a permitir estudios comparativos entre los diferentes países participantes, lo que hasta ahora no era posible, ya que la información existente para cada uno de ellos era obtenida, la mayoría de las veces, por metodologías y criterios diferentes. En lo que se refiere a nuestro país nuestro Banco de Datos incorporado al europeo se conoce como DIETECA (Dieta y Tablas Españolas de Composición de Alimentos). Solamente como ejemplo de esta participación,

señalaremos que en una reciente publicación del citado proyecto, se recoge un trabajo de O. Moreiras, A. Carbajal y M. Campo titulado *¿Que comen los españoles?* basado en los estudios de los ENNA-1, 2 y 3, y que en los próximos días, en la Conferencia Europea de Nutrición, que tendrá lugar en Viena, presentaremos tres ponencias obtenidas a partir de la información que estamos comentando.



*Público asistente en el Salón de Actos de la Fundación Argentaria donde tuvo lugar la presentación*

### **Resultados más relevantes**

La dieta media de los españoles responde a lo que viene considerándose dieta mediterránea, sinónima de dieta *prudente* y saludable a la luz de los últimos estudios sobre la relación dieta-salud, que se manifiesta, en nuestro caso en la expectativa de vida de la población española, una de las más altas del mundo. Esta basada en un alto consumo de verduras, frutas, cereales y leguminosas y moderado de lácteos y carnes; dependiendo de la zona geográfica, de pescado y aceite de oliva y en una ingesta de alcohol principalmente en forma de vino. El aspecto más positivo



de la dieta media de los españoles es el gran número y variedad de alimentos que forman parte de nuestros hábitos alimentarios.

Aunque la dieta media sigue siendo realmente satisfactoria, en los últimos 30 años se han producido importantes cambios relacionados con la industrialización, urbanización y con el desarrollo técnico y económico que ha dado lugar a nuevas formas de producción, procesado y distribución de los alimentos. Estos cambios han modificado y ampliado extraordinariamente los determinantes de la elección afectando al comportamiento alimentario de la población y con repercusión en el estado nutricional. Ciertos aspectos de esta evolución han sido realmente positivos; sin embargo, otros, relacionados no sólo con nuestro modelo dietético sino también con nuestro estilo de vida, se han asociado al incremento de enfermedades degenerativas, característicos de las *sociedades de la abundancia*. De cualquier manera, el balance sigue siendo muy positivo.

En cuanto al consumo de los diferentes grupos de alimentos los resultados desde 1964 indican un continuo descenso en el consumo de cereales y verduras debido especialmente al pan y patatas. A pesar de esta disminución, verduras, junto con frutas y cereales constituyen aproximadamente el 50 por ciento del total de la dieta, un aspecto tradicional y saludable que debe seguir manteniéndose. Ha disminuido igualmente el consumo de leguminosas -que se reduce a la mitad- y de azúcar. Dentro del grupo de aceites y grasas es predominante el aceite de oliva, representando un 60 por ciento del total. Se ha producido un importante incremento en el consumo de fruta que casi se ha duplicado en los últimos 30 años, de carnes, pescados y lácteos. Dentro de este último grupo se observa una ligera disminución en el consumo de leche líquida, parcialmente compensado por el aumento de otros productos lácteos, queso y yogurt principalmente, no existiendo, por tanto repercusión en el aporte nutricional por parte de este grupo de alimentos. El yogurt cuyo consumo en 1964 era casi inexistente, (se vendía en las farmacias) es el alimento que con mayor fuerza se ha introducido en los hábitos alimentarios de los españoles. Es muy peculiar el consumo de margarina, mantequilla, chocolate, helados y pasteles.

## Estado nutricional juzgado por la ingesta de energía y nutrientes

La ingesta media de energía es de 2.634 calorías y ha disminuido aproximadamente en 400 calorías desde 1964 debido, principalmente, al importante descenso ya descrito de pan y patatas, siendo este el cambio más relevante desde el punto de vista nutricional. Este menor consumo de energía en el hogar refleja, probablemente:

- a. Una diferente composición demográfica de la población respecto a los grupos de edad;
- b. Un mayor sedentarismo que conlleva a menores necesidades de energía;
- c. El elevado aumento de personas que realizan algún tipo de régimen de adelgazamiento, y
- d. Un mayor porcentaje de gente, especialmente en las poblaciones urbanas, que come fuera del hogar; en este estudio se ha estimado que, como media, un 7 por ciento de las comidas se realizan fuera del mismo.

La influencia de algunas variables es muy llamativa se traduce, en el caso de las comunidades autónomas, en diferencias hasta 1.000 calorías/persona y día con repercusión también en la ingesta de algunos nutrientes. Galicia, sigue teniendo la mayor ingesta calórica (3.270 calorías) y la Comunidad Valenciana la menor (2.309), una diferencia aproximadamente de 1.000 calorías, aún cuando esta última sigue siendo satisfactoria, y excesiva la de los gallegos. La disminución anteriormente comentada para el conjunto nacional se observa también que en todas las comunidades autónomas habiéndose producido un mayor descenso en aquellas que partían de consumos más altos. Estas cifras indican que, probablemente, el consumo de energía ha sido y sigue siendo muy alto en gran parte de la población. De hecho, la ingesta media en todas las comunidades autónomas sigue superando las necesidades.

Es de señalar, igualmente, la ingesta de vitamina C, duplicando las necesidades y aportada en su mayoría por los cítricos y tomates consumidos crudos y, por tanto, sin pérdidas apreciables en su contenido por los procesos culinarios. En conjunto la ingesta de vitaminas antioxidantes, C, E y  $\beta$ -caroteno de tanto interés actual por su posible papel en la prevención de enfermedades tan importantes como las cardiovasculares y el cáncer, es muy



satisfactoria. Otro aspecto realmente positivo es que la densidad de los principales nutrientes, un parámetro muy ilustrativo para juzgar la calidad de las dietas, ha aumentado progresiva y significativamente.

En conclusión la dieta media de los españoles sigue siendo excelente y refleja la heterogeneidad de nuestros hábitos alimentarios tradicionales y la gran diversidad de preparaciones culinarias características de cada área geográfica con posibles repercusiones, hasta ahora poco conocidas, en el valor nutricional de la dieta que irán poniéndose de relieve en posteriores estudios. Todo ello contribuye a que España sea un gran *laboratorio de nutrición* consecuencia de nuestra riquísima herencia sociocultural que hace que nuestra dieta media sea una de las mejores de Europa, dieta que, por tanto, hay que tratar de conservar por ser perfectamente compatible -como se desprende de los resultados de ese estudio- con una correcta nutrición.

Conviene sin embargo recordar que las cifras que actualmente estamos comentando son cifras medias y que por tanto pueden ocultar en determinados estratos otras situaciones diferentes. De hecho en otros estudios realizados también por nuestro grupo hemos encontrado estas situaciones en algunas zonas rurales del interior gallego y en un estrato de población tan importante como son las personas de edad avanzada.

### **Estadística y Nutrición**

Creemos que es oportuno en esta ocasión, terminar señalando las posibilidades que ha ofrecido y seguirá ofreciendo la colaboración entre la estadística y la nutrición.

En primer lugar recordemos que se debe a la primera el brillante desarrollo de la epidemiología sin la que no hubieran sido posibles muchos de los avances que se han hecho en el conocimiento de la nutrición. En este sentido, muchas personas de mi generación, que por entonces comenzábamos a interesarnos por estos problemas, no podemos olvidar el tremendo impacto que nos causó, al terminar la última gran guerra, la información que nos facilitó la Primera Encuesta Mundial de Alimentación realizada por la entonces naciente FAO en la que tuvo una especial influencia aquel hombre peculiar que se llamó Josué de Castro, del que con todas sus limitaciones es difícil olvidar su entusiasmo a toda prueba en su lucha contra el tabú del hambre.

Los resultados de aquella Primera Encuesta fueron la primera luz sobre aquella vergüenza que ya se presumía: con todos los enormes defectos que tenía dicha Encuesta quedaba claro el tremendo problema al que nos teníamos que enfrentar: dos tercios de la humanidad estaba en situaciones de hambre o de desnutrición muy avanzada. La conclusión era sencilla: nuestra generación, las personas interesadas en los diversos campos relacionados con la alimentación teníamos que luchar para acabar con la vergüenza del hambre. Y nos pusimos a trabajar; los tecnólogos produciendo cada vez mayor cantidad de alimentos y los nutriólogos logrando que la utilización de los mismos fuera cada vez más rentable para el hombre, y rebajando además considerablemente las necesidades nutricionales de energía y nutrientes, haciéndolas mucho menores y más realistas que las que hasta entonces se tenían como necesarias. Y la victoria se logró, al menos la primera victoria. Por los años 50, la FAO pudo publicar, por primera vez, que habíamos sido capaces de producir alimentos suficientes para que el conjunto de la población mundial obtuviera de ellos la energía y nutrientes necesarios para evitar las enfermedades carenciales, es decir, el hambre y la desnutrición.

Sin embargo esta primera victoria, solamente era una parte de la batalla porque ¿dónde se habían producido estos alimentos?: pues en los países que disponían de la técnica y de la economía para este logro. El problema es que muchas veces esta victoria se logró a costa de empeorar la situación de desnutrición en los países pobres que no disponían ni de la economía ni de la tecnología necesaria. Podríamos decir, y creemos sinceramente que no es una frase, que nuestra generación había logrado la victoria en la batalla por la producción de alimentos suficientes para toda la humanidad, pero había fracasado en la distribución homogénea. Esta victoria, la de la justicia social, tendría aún que esperar a otras generaciones. Afortunadamente, la espera se está terminando y la gran victoria, la definitiva no está lejana. Es cierto, que esta batalla, tampoco está siendo fácil pero tampoco lo fue la primera.

Recordemos, como es bien sabido que en estos momentos el mundo vive en una tremenda paradoja; por un lado los países desarrollados están aplastados por el exceso de alimentos, con los que no sabemos que hacer, conocemos bien los miles de millones de dólares que nos cuesta el almacenamiento de estos excedentes y las subvenciones a los cultivadores para que produzcan menos

alimentos, y al mismo tiempo una gran parte de la humanidad sigue en situaciones vergonzosas de hambre y de desnutrición.

Obviamente la solución a esta vergüenza, no consiste en enviar lo que nos sobra a los países deficitarios, como en una primera idea pudiera pensarse, ya que hoy se conoce bien como esta idea es irrealizable, ya que por un lado los países receptores no disponen de la infraestructura necesaria para la recepción, distribución y conservación de estos alimentos, sin olvidar, como muchas veces los alimentos allí enviados tienen un destino incorrecto.

La solución tiene que venir, y en esto estamos de acuerdo los diferentes interesados en el problema, produciendo los alimentos necesarios en los propios países deficitarios. Y esto es posible como están demostrando, entre otros los trabajos de Borlang, y su equipo que han conseguido, hace ya tiempo que algunos países de Asia en los que el hambre era tradicional hoy sean autosuficientes, como es el caso de la India o de Filipinas. Se pensaba que el problema era todavía más difícil de resolver en algunos países de África pero los resultados que están obteniendo estos mismos equipos en Gabón o Senegal, mediante métodos relativamente sencillos, pero muy eficaces, permiten que estos países estén muy cerca ya de ser autosuficientes.

Este esperanzado porvenir, increíble hasta hace poco tiempo, se basa en los avances de diferentes ciencias entre los que los aportados por la estadística y nutrición están en primer lugar. Por ello no es utópico el que pensemos que esta victoria está *al alcance de la mano* de muchos de los que están aquí hoy presentes, y en cualquier caso tendrá lugar en el primer cuarto del próximo siglo. Estoy seguro que a muchos lo que acabo de decir les parecerá utópico, pero también les parecería no hace muchos años utópica, la victoria contra la esclavitud o la peste.

Por último, porque tiene mucho que ver lo que estamos diciendo de la estadística y nutrición, quiero terminar esta ya demasiada larga presentación recordando algo sobre las predicciones de Malthus. Como saben, estimaba que si el crecimiento de la producción de alimentos era aritmética mientras que el de bocas que lo consumían era geométrica esta situación conduciría inevitablemente al hambre. La obra de Malthus, que en general es admirable, se equivocó sin embargo en un punto fundamental: que con cada boca nacía también un cerebro capaz de pensar e

ilusionarse en la lucha que nos va a llevar a la derrota de esa vergüenza que es el hambre.

#### **D. José Quevedo Quevedo - Presidente del Instituto Nacional de Estadística**

El profesor Varela ha hecho una presentación tan amena que hasta los estadísticos vamos a enterarnos del jugo que se le saca a las estadísticas y eso para nosotros es una satisfacción. Voy a dar la palabra al Director General del INE, D. José Aranda.



**D. José Aranda - Director General de Estadísticas de Población y Hogares del INE**



*De izquierda a derecha: D. José Aranda, D. Ignacio Gil, D. José Quevedo, D. Gregorio Varela y D. Arturo Romero*

Quisiera hacer un breve comentario en relación con el agradecimiento que ha mostrado el Profesor Varela hacia la colaboración del INE. La modesta misión de los estadísticos radica en facilitar los datos que son demandados por las administraciones públicas y la comunidad científica. Para facilitar esta tarea, viene siendo costumbre el someter los anteproyectos de investigación a la consideración de todos los demandantes de información, con objeto de recabar de los mismos cuantas observaciones estimen pertinentes.

Esto es lo que se hizo cuando se estaba preparando la Encuesta de Presupuestos Familiares de 1980-81, época en la que el Profesor Varela sugirió los cambios oportunos en la Clasificación de Bienes Alimenticios para facilitar su posterior análisis sobre la nutrición en España. Del mismo modo, y en los trabajos preparatorios de la EPF 1990-91, la intervención del equipo del Profesor Varela hizo



posible modificar el correspondiente Anteproyecto para hacer viable el estudio que ahora se presenta.

Una breve reflexión sobre las conclusiones que se han destacado de este trabajo sobre Nutrición. Recuerdo que en los contrastes de cifras realizados sobre los resultados de la EPF de 1974, llamó la atención la divergencia entre el consumo real y el consumo aparente del aceite de oliva y de la leche. Esta divergencia era más destacable por cuanto el resto de bienes alimenticios presentaba una gran coherencia entre el consumo declarado por las familias y el consumo aparente que, como se sabe, es el resultado de agregar a la producción del año las importaciones, deducir las exportaciones y considerar también la variación positiva o negativa de stocks del producto en cuestión.

La única explicación que se pudo encontrar al gran exceso del consumo declarado por las familias de aceite de oliva y de leche sobre los correspondientes consumos aparentes radicó, y así se dijo en la correspondiente publicación del INE, en que ambos productos se estuvieran adulterando por la vía de mezclas fraudulentas. Desgraciadamente, esta denuncia de fraude no sirvió para que siete años más tarde, en 1981, se produjera al parecer una mezcla con aceite de colza desnaturalizado con una gravísima incidencia sobre la población. Este es uno de los ejemplos más llamativos sobre los descubrimientos, muchas veces imprevistos, a los que se puede llegar mediante la investigación estadística.

Pues bien, a la espera de alguna noticia, no precisamente tan negativa como la mencionada, de algún dato sorprendente, no perdía ocasión de preguntar al Profesor Varela a qué descubrimientos iba llegando en su investigación, qué tipo de dato iba a ser una noticia espectacular. El Profesor Varela me señalaba la gran normalidad que encontraba y yo, la verdad, no era consciente de que la verdadera noticia, la noticia importante, estaba precisamente en esa normalidad, en que los distintos colectivos poblacionales de España, incluso aquellos que por encontrarse en situaciones de desempleo podría pensarse que se encuentran en estado de extrema necesidad, están cubriendo de un modo bastante satisfactorio sus necesidades de nutrientes y que esto, a pesar de no ser una mala noticia, debiera ser destacado como un dato reconfortante.